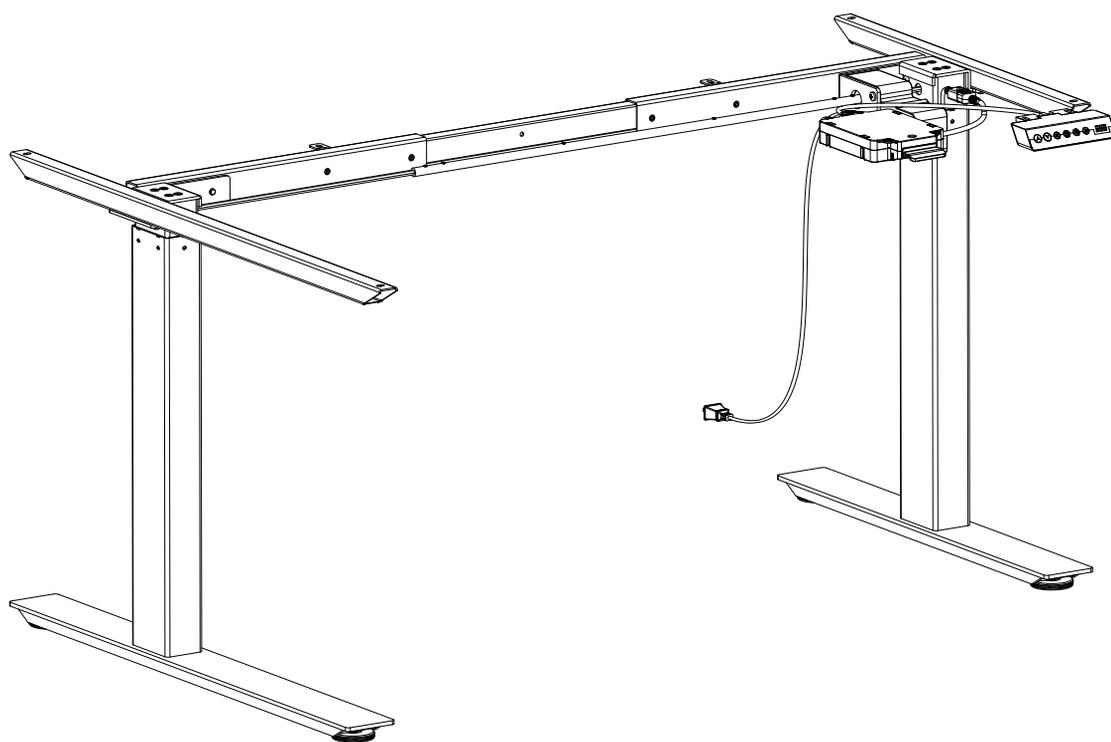


Рама регулируемая по высоте

Ergostol Optima X



 **ergostol™**

эргономика рабочего пространства

www.ergostol.ru

Ergostol Optima X



Технические характеристики

1. Электрокомпоненты

Входящее напряжение: 100-240V

Выходное напряжение: 24V DC

Рабочий цикл: 10% (2 мин вкл, 18 мин выкл)

2. Рама

Вес рамы: 35 кг

Высота: 69-117 см

Длина: 110-160 см

Кол-во опор: 2 шт.

Подъемный вес: 80 кг

Скорость подъема: 30 мм/сек

3. Другое

Габариты упаковки:

№1: 108x27x29 см

Масса коробки: 35 кг

№2: По размеру столешницы, 10-20 кг*

*При покупке только рамы столешница в комплект не входит.



"Спящий режим" пульта управления

Если пульт не используется в течение 30 секунд, экран и кнопки памяти блокируются. Для разблокировки используйте кнопки Вверх или Вниз.



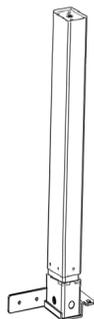
Данный стол соответствует действующим нормам безопасности. Неправильное использование может привести к повреждению. Пожалуйста, прочитайте инструкцию перед использованием. В ней предоставлена важная информация по безопасности использования, установке и обслуживанию стола.

Данное руководство можно скачать на нашем сайте www.ergostol.ru

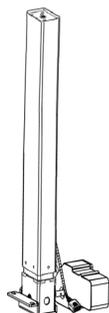


Комплектация

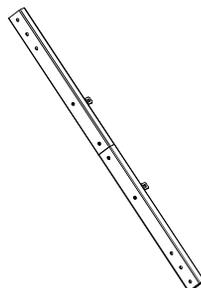
Полный набор предметов, входящих в состав стола.



Левая стойка



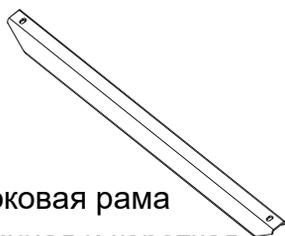
Правая стойка



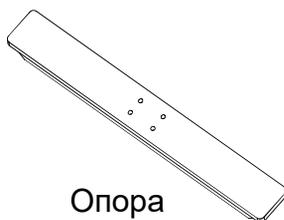
Траверса



Шестиугольная балка



Боковая рама
Длинная и короткая



Опора
Длинная и короткая



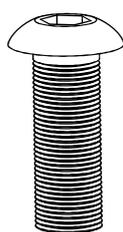
Кабель питания



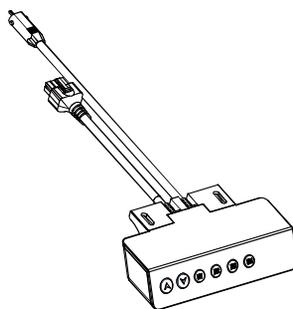
Блок питания



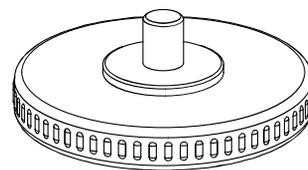
X10
M8*10



X8
M8*25



Пульт



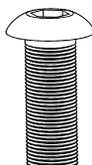
X4
Подпятники



X6
ST5.0*23



X2
ST3.5*16



X6
M6*16



Шестигранник

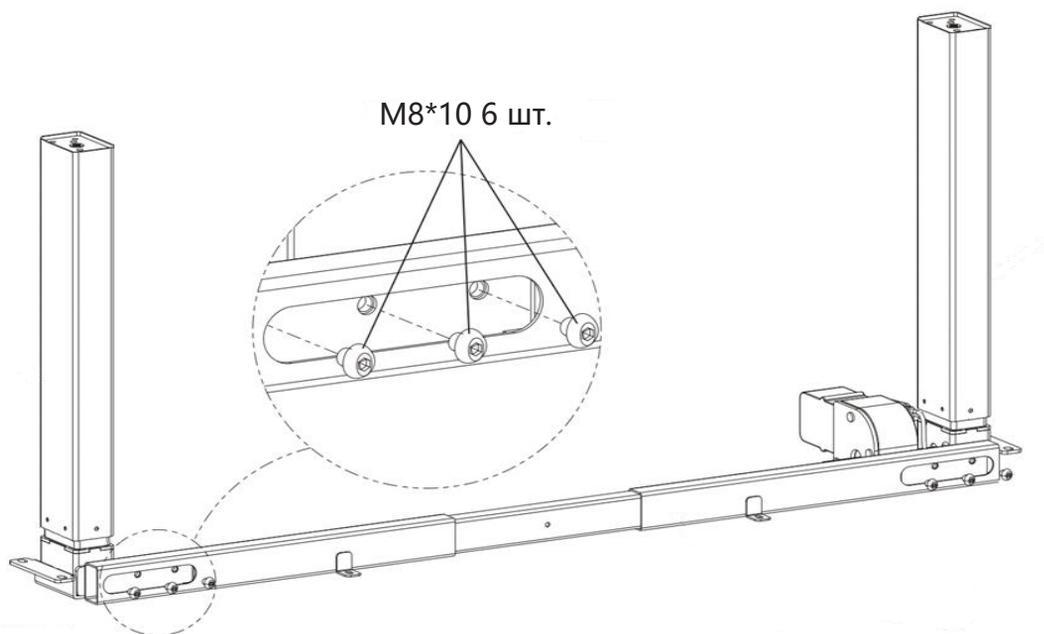
1

Ослабьте 4 винта, отрегулируйте длину траверсы по размеру столешницы



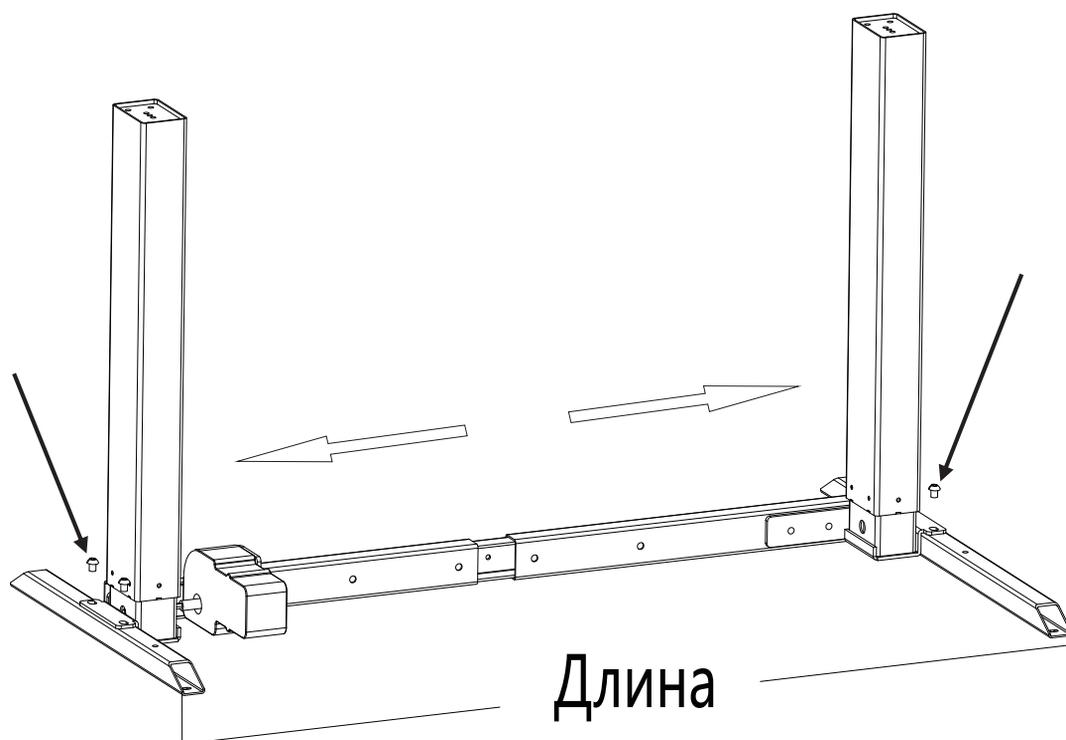
2

Соедините стойки с траверсой болтами М8*10 (6 шт.).



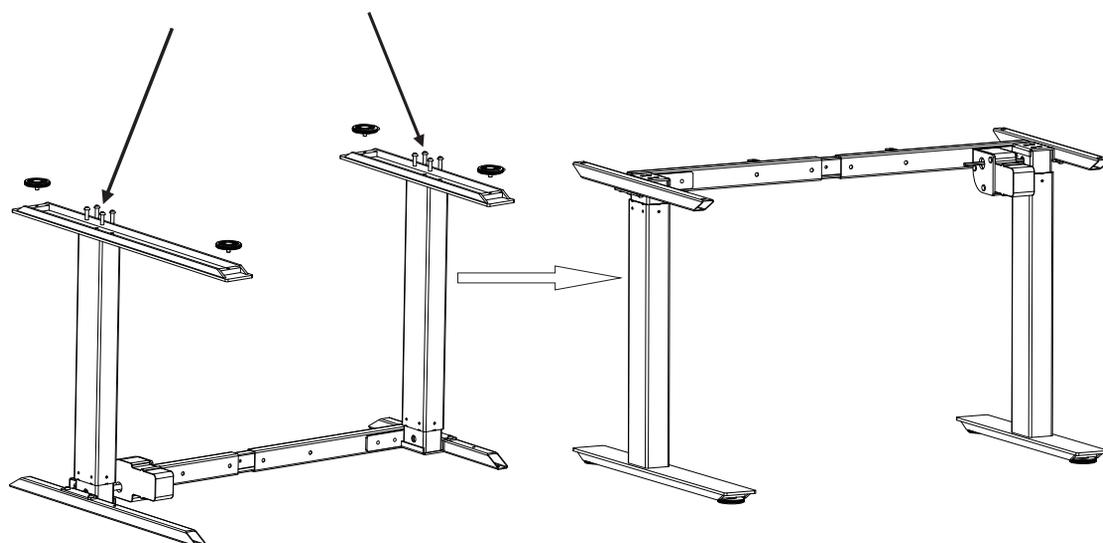
3

Установите боковые рамы с помощью болтов М8*10 (4 шт.)

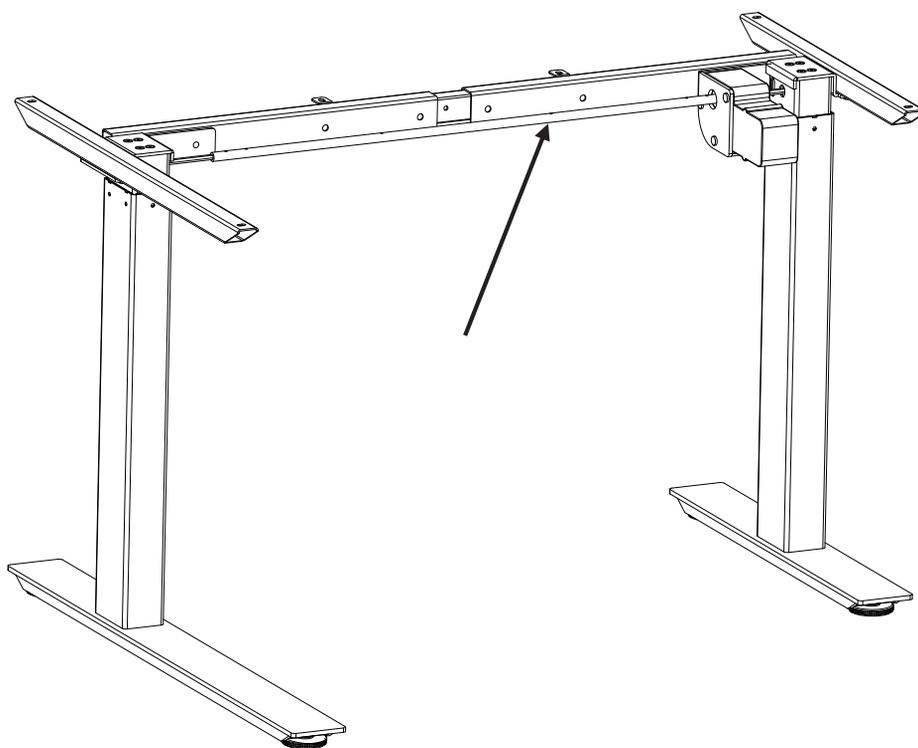


4

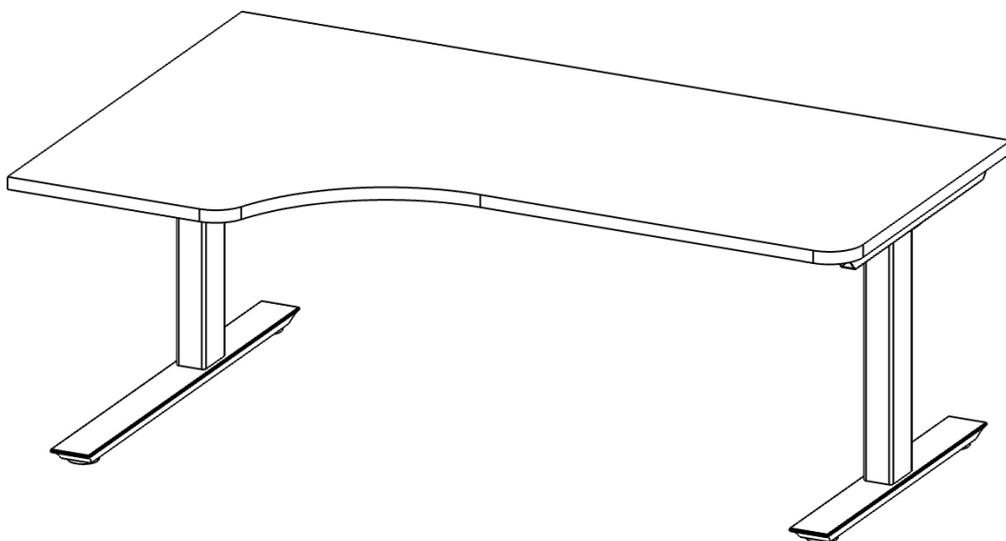
Прикрепите опоры к стойкам с помощью болтов М8*25 (8 шт.), затем установите подпятники

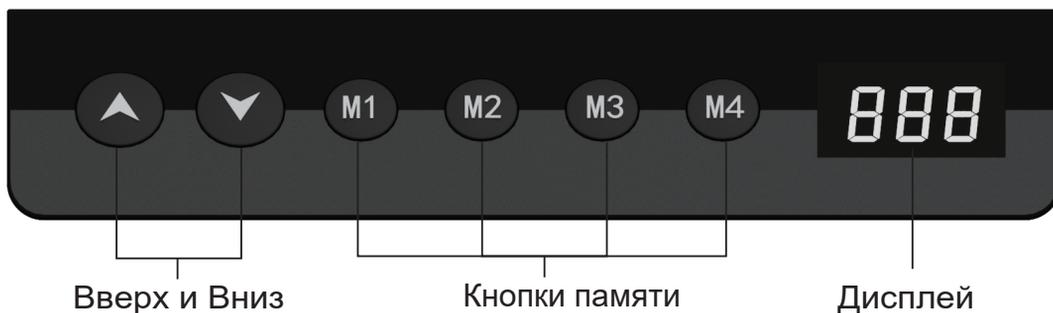


- 5 Установите шестиугольную балку, ослабив винты на ней и отрегулировав ее по длине, затем затяните винты.



- 6 Установите столешницу на раму, прикрутите винтами М6*16 (6 шт). Закрепите пульт на столешнице винтами ST3.5*16 (2 шт).





Управление осуществляется при помощи кнопок. Если пульт не используется в течение 30 секунд, экран и кнопки памяти блокируются. Для разблокировки используйте кнопки Вверх или Вниз. Когда дисплей подсвечен, пульт полностью разблокирован и готов к работе.

■ Кнопки Вверх и Вниз

Удерживайте кнопку Вверх или Вниз нажатой для изменения высоты стола.

■ Дисплей

Отображает текущую высоту стола.

■ Кнопки памяти (M1/ M2/ M3/ M4)

Столешница может автоматически переместиться к заданной высоте*.

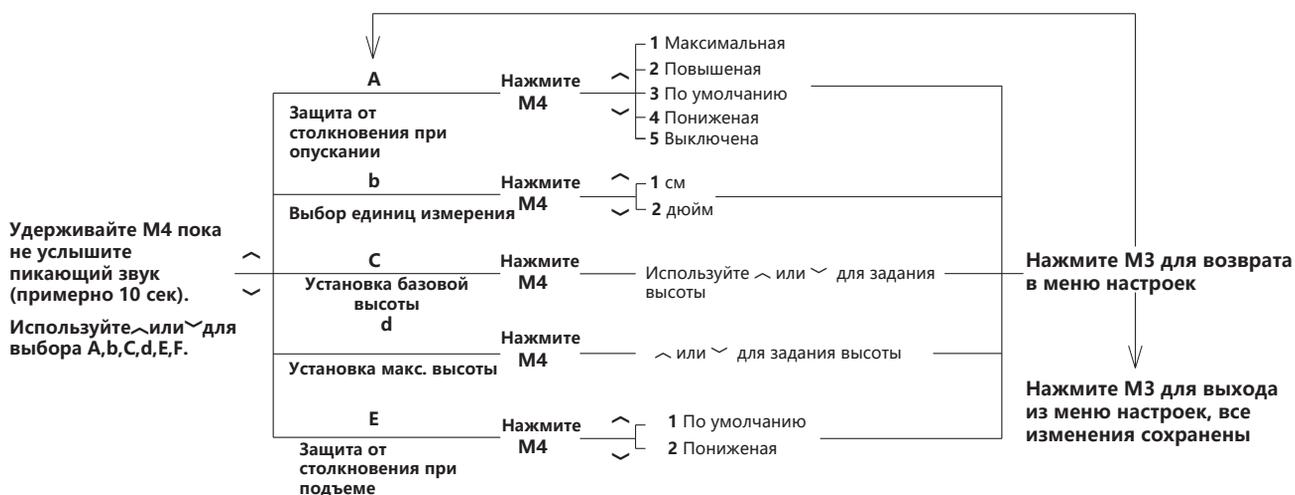
※ Как задать высоту:

Удерживайте кнопку памяти в течение 5 секунд, пикающий звук означает успешное запоминание высоты. При единичном нажатии кнопки столешница займет заданную высоту автоматически.

■ Функция защиты мотора от перегрузки

Если при изменении высоты будет оказано сопротивление, столешница сдвинется обратно.

■ Настройки пульта управления



Как правильно подобрать высоту

Регулировка стола происходит очень быстро и легко с помощью кнопок, расположенных под столешницей. Этот стол позволяет максимально разнообразить положения тела в течение рабочего дня, то работая стоя, то садясь на стул. Это очень положительно сказывается на здоровье и общем самочувствии. При работе стоя или на стуле-седле нагрузка на позвоночник минимальна.

1. Высота стола

Сидя на стуле, согните руку в локте и отведите вперед от тела на 10-15 см. Расстояние от пола до локтя будет идеальной высотой стола для вас. Придвиньтесь как можно ближе к столу, чтобы локти лежали на поверхности стола. Локти и клавиатура лежат на поверхности стола. Выкатная полочка для клавиатуры не эргономична и ведет к перенапряжению плеч и шеи.

2. Как сидеть

Сидя за столом используйте правильный удобный эргономичный стул. Верхняя граница монитора должна находиться на уровне глаз, чтобы избежать наклона головы и перегрузки мышц шеи. Для этого установите монитор на подставку или специальный кронштейн.